from Germany

感覚を研ぎすます
地上100cmの空中散歩

バランスボード

HABA®

さあ始めよう！

バランスボードで『運動革命』

人間が健やかに育つためには、体を使って色々なことを試し、徐々に高いレベルにチャレンジする、連続した体験が欠かせません。私達はそのため、木を登ったり、塀をよじ登って歩いたり、野原や山で思いきり駆け回ったり、石や丸太などを飛び越えたり、そういった身体遊びを毎日繰り返してきたのです。しかし今、こども達は様々な事情から、屋外で過ごす時間が非常に少なくなっています。

身体遊びの醍醐味は、自分の限界を知り、それを越えていくことです。それは自分の能力を客観的に評価することを学ぶ、格好のチャンスです。能力の壁にぶつかるたびに、こども達はそれを確実に自覚し、自分自身で安全を確保する「危険回避能力」を身に付けます。優れた平衡感覚は、その他の全ての運動・活動の基礎となるものです。平衡感覚が十分に発達していないと、路上や遊び場、スポーツだけでなく、ごく日常的な場面でも行動や反応が不安定になります。これが、特に危険を伴わない平易な状況であっても怪我をしてしまう原因です。

室内のバランスボードで充分な身体遊びをしているこども達は、今度は自信を持って園庭の丸太橋にも挑戦できます。園庭でジャングルジムを登っていたこども達は、次には立体構成されたバランスボードにも挑戦していきます。こうして室内・屋外の遊び環境を行き来しながら、こども達はごく普通の毎日の活動の中で、らせん状に育ちのスロープを登っていくと考えられます。

バランスボードは、自分で行動の結果に責任を持つことや、自分で安全を確保して行動する力を養います。バランスボードはこれまでの体操用具と同様なプログラムも適用できますが、こども達の自主性に任せた遊びであればなお、スムーズに発達を促すよう設計されています。バランスボードは４歳児以上になれば、自分達で組み替えが可能です。彼らの持つ「物語」に沿った、例えば砦や船のようなものに見立てれば、ストーリーの脇役としてこれほど魅力的な舞台はありません。そういったこども達同士の活動を通して、集団での活動に必要なコミュニケーション能力が自然と身に付いてゆくのです。

発達とは総合的なものです。知識と体験は深いところで繋がっており、思わぬ場面で体験が知識として顕れます。例えば後ずさりでバランスを失う人は、数字を大きい方から数えることも苦手です。バランスボードはまた、表面の構造や材質も変化に富んでいるので、色々な知覚による豊かな体験をお約束します。外観や触感と実際に踏んでみたときの不安定さ。この組み合わせの体験が感覚と運動の協応として記憶され、五感ではカバーできない「固有感覚」を育みます。そして優れた平衡感覚は内なるバラン

スを安定させ、それは知能・情緒・思考を安定させるためにも高い効果を発揮します。ある状況をうまく乗り越えたという成功体験は、次の新たな課題にもチャレンジできる自信とやる気を生み、やがてそれは大きな自己肯定感、「生きる力」へと繋がってゆくのです。

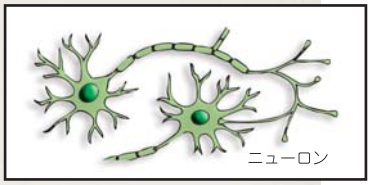
人の能力獲得の仕組みとアフォーダンスの観点からも、遊び場はその利用者であるこども達が自ら判断し、行動できる環境であることが重要です。人は「そこに在るもの」に対応するものです。疲れた山道に岩があれば、誰もがその岩に座ります。同様に、暑い日に木陰があれば寄り添い、岩肌に一輪の花があればそれを眺めます。取っ手があれば引き、ボタンがあれば押します。これが、体験から得られたアフォーダンスです。

こども達の過ごす環境にバランスボードがあり、それを使うことに障害が無ければ、何ら指導や説明が無くとも、こども達は自然と遊び始めます。そういった、こども達の「やりたいこと」こそは、生きるために選ばれた「今、すべきこと」にほかなりません。

知っておきたい！　こども達はいつまで育つの？

人は生まれてからの体験を通じて、様々な能力を獲得していきます。手で物を掴むことも、歩くことも走ることも、書くことや話すこと、自転車に乗ることも。こども達が遊びという体験の中で獲得する最も大きなものは、これらの能力の「学び方」です。

1歳半までにニューロン（脳細胞）は増え続け、こども達の脳は大人の約8倍ものシナプス結合を持つようになります。そして、自分の意思で・好きなことに・繰り返し挑戦することで、それは日に日に強化されていきます。これを「シナプスの可塑性」と呼び、「好きこそものの上手なれ」と言われるゆえんです。そして良く遊んだこども達は、夜ぐっすり眠ります。大人の8倍もの情報を処理するためです。しかしこのとてつもない処理能力を持つ脳は、そのままでは感受性が高すぎて、大人になれません。そのため11歳前後になると、あまり使われなかった（＝強化されなかった）シナプスは、文字通り「溶けて無くなって」しまいます。

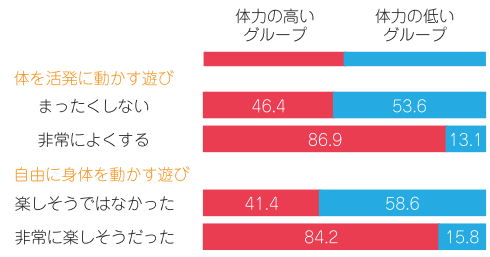


それどころか、「転んでも手が出ない」「上手く走れない」。そんなこどもが増えています。これらはいずれも一見すると単純な動作に思えますが、実際には身体の多くの部位を高度に制御して得られるものです。触覚・視覚・聴覚や、前庭覚（平衡感覚・揺動感覚）、固有覚（筋肉・骨格の感覚）からの複雑な入力情報を整理し、適切な部位に、適切なタイミングで、適切な出力を、命令する必要があります。これを「感覚統合（Sensory Integration）」と呼びます。

こども達がかつて、近所の路地や空き地で自由に遊んでいた頃には、感覚統合は充分に行われていました。こども達は必要な時に必要な事を無意識に選び取り、誰にも邪魔されずにチャレンジを繰り返し必要な能力を獲得してきたのです。
発達には人それぞれに最適なタイミングがあり、それは本人の「やりたい」という欲求として顕れます。ですから感覚統合は、「3歳までなら」とか「小学校の内なら」間に合う、というようなものではなく、こども達にとっては「今、この時」しかチャンスはありません。

体力が高い幼児は体を活発に動かしている

体力と運動習慣等との関係を分析したところ、普段から活発に楽しく遊ぶグループの方が体力が高い事がわかりました。



（出典）文部科学省「体力向上の基礎を培うための幼児期における実践活動の在り方に関する調査研究報告書」平成19～21年度調査

（参照サイト）東京大学大学院新領域創成科学研究科・複雑理工学専攻　能瀬研究室HP　http://bio.phys.s.u-tokyo.ac.jp
京都大学大学院理学研究科　平野研究室HP　http://www.neurosci.biophys.kyoto-u.ac.jp
大阪大学大学院生命機能研究課・神経可塑性生理学研究室 http://www.bio.sci.osaka-u.ac.jp/bio_web/lab_page/ogura

利用者の声

確実に身体能力がアップ！
ぜひ一緒に体験してみませんか？

アネビートリムパークお台場
東京都江東区

プレイリーダー
橘田　隼

バランスボードでは平衡感覚はもちろん、姿勢制御、集中力、足裏の感触なども意識して遊ばせるようにしています。外観と質感と、実際に体重を掛けた時の応力・反力の秩序を、統合された感覚として体験してもらうためです。ボードにバリエーションがありますので、利用者のレベルに合わせられます。普通の平均台では種類がなく、出来ない子は出来ないままになることも多いんです。それに、こども達を惹き付けるデザインも重要だと思います。どうせなら美しく、格好いい方が良いし、こども達は感受性が高いので遊びにも気合が入りますよね。

フリー（自由遊び）にする時でも、使い初めに必ず「集中しないと危ない、落ちると思ったら横に飛べ」と伝えています。そうすることで、こども達には自分で危険を察知し、回避する能力が備わっていきますから。こども達が慣れてきたら他の遊具と組み合わせたりして更にレベルとバリエーションを増やせるのも魅力です。こども達の「伸び」が、実感できる遊具ですね。

ボードの経験が生きてくる。
遊びを通じてこども達の成長を実感します。

明和ゆたか保育園
三重県多気郡明和町

森本　信也園長

バランスボードはまず、デザインされた外観に強く惹き付けられますね。いわゆる「体育用具」は私の保育観と合わず、以前はカップや長椅子を使っていました。でもこれはバリエーションが少ないのが悩みでした。当園では自由遊びとしてサーキット（回遊路）を常設しています。時間さえ確保すれば大人の狙った育ちが保証される、という意味で非常に使いやすいです。特に冬場や真夏日などには有効で、育ちのチャンスを逃さず、途切れず、チャレンジを継続できます。質感にもバリエーションがあり、またラバーマウントが斜めだったりと、開発段階で「感覚と運動の協応」を意識している事が良く分かります。これは体育用品には無い観点ですよね。

今は僕達が遊んでいた場所も入れなくなり、若い保育者達は「遊び方を知らない」世代です。僕はリトルリーグ（少年野球団）に行っていますが、最近の小学生にはちょっとデコボコした地面ではまともに走れない子もいます。このまま行ったら、もう普通にすら生きていけないのではないか、と心配になります。バランスボードなら設定でいくらでも遊びを作り出せ、屋外で本物の危険にチャレンジをする前に、室内で繰り返し習得できますので管理者としてとても助かります。安全が確保されているからこそ色々と試せて応用力が付き、これが危険回避能力という「知恵」になるのだと思います。

北井　梨香主任
中村　めぐみ幼児主任

使い始めよりも成長して、ボードから落ちにくくなりました。また育ちの方向も速度も人それぞれということがはっきり分かります。屋外にも経験が繋がり、庭の池で飛び石を渡る時にも安定感が出てきたようです。

特に人気があるのは「リバーロック」と「ロッカー」の２種類。通常のサーキットのほか、ジャンケンで陣取りみたいな遊びもしますよ。アネビーのサンプルプログラムを取り入れれば更に応用発展できそうです。これからも色々と工夫して、こども達とバランスボードを楽しみます。

デザイナーの声

日本のこども達へ
自分の限界に挑戦してください

バランスボードデザイナー
ドイツ　HABA 社

こども達は実にチャレンジ精神旺盛で、いつも新しく挑戦できる事を探しています。同じ年齢であっても一人一人は別の人ですから、みんなそれぞれに「やりたい事」があるのです。私はこの思いを基に製品をデザインし、発展させました。
バランスボードは難易度や素材を自分で選んで設定し、自らのレベルに合わせて遊べます。そうやって、こども達はそれぞれ自分の限界にチャレンジしていくことが出来るのです。
彼らが私の製品で様々な探求をして、楽しんでくれることを願っています。

2014/8/1　Matthias Böck（マティアス・ボック）

遊び方バリエーション

ボードを床に直接置き、フラットで低い状態で使います。落下高さのほとんど無い状態で使うことで、初めて挑戦する人でもむやみに緊張することなく自分の力を試すことができます。

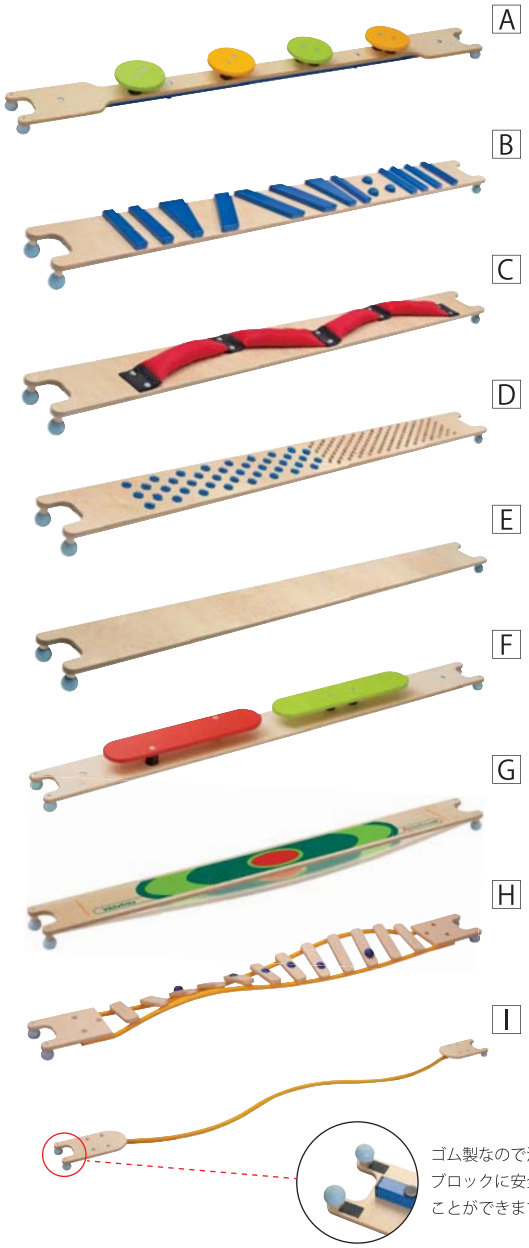
みんなでルールを決めて、陣取りやサーキット（回遊路）で遊ぼう！ブロックを併用すれば、難易度も自由自在。ゴールを決めて交代しながら遊んでいたら、いつの間にか後ずさり名人に？

1 2 LEVEL 3 4

立体構成を使えば、どんな物語＜ストーリー＞の舞台にも見立てられます。山の砦？海賊船？それとも無人島かな？！ゲームマスターを決めて、その指示通りに動くロールプレイも面白い！

他の遊具も使って、複雑なアクロバットにも挑戦！皆さんの遊びの物語＜ストーリー＞に合う、いかなるファンタジーも思いのまま。楽しく遊んで、冒険王を目指せ！

バランスボード



ゴム製なので滑りにくくブロックに安全にかけることができます。

A 111831 リバーロック ￥120,800（税抜）

■長さ 216ｃｍ・重さ 19kg・耐荷重 110kg ■シラカバ材、ゴム、メタル、スチールパイプ

B 111803 モンキーラダー ￥89,000（税抜）

■長さ 216ｃｍ・重さ 14kg・耐荷重 110kg ■シラカバ材、ゴム、メタル、スチールパイプ

C 111807 ビーズスネーク ￥69,300（税抜）

■長さ 216ｃｍ・重さ 15kg・耐荷重 110kg
■シラカバ材、ゴム、メタル、スチールパイプ、ナイロン、ビーズ

D 111805 フィールウォーカー ￥95,700（税抜）

■長さ 216ｃｍ・重さ 12.5kg・耐荷重 110kg
■シラカバ材、ゴム、メタル、スチールパイプ、プラスチック

E 111800 フリーボード ￥57,200（税抜）

■長さ 216ｃｍ・重さ 12.5kg・耐荷重 110kg ■シラカバ材、ゴム、メタル、スチールパイプ

F 111820 ロッカー ￥95,700（税抜）

■長さ 216ｃｍ・重さ 19kg・耐荷重 110kg ■シラカバ材、ゴム、メタル、スチールパイプ

G 112005 トランポリンボード ￥141,900（税抜）

■長さ 216ｃｍ・重さ 10kg・耐荷重 80kg ■シラカバ材、ゴム

H 111822 ジャングルブリッジ・２ｍ ￥167,900（税抜）

■長さ 216ｃｍ・重さ 18kg・耐荷重 110kg ■シラカバ材、ゴム、メタル、スチールパイプ

111824 ジャングルブリッジ・３ｍ ￥208,500（税抜）

■長さ 316cm・重さ 27kg・耐荷重 70kg ■シラカバ材、ゴム、メタル、スチールパイプ

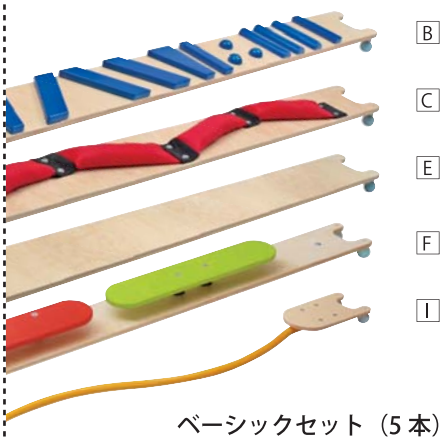
I 111828 スネーク・２ｍ ￥72,400（税抜）

■長さ 216ｃｍ・重さ 10kg・耐荷重 110kg ■シラカバ材、ゴム、メタル、スチールパイプ

111829 スネーク・３ｍ ￥95,400（税抜）

■長さ 316cm・重さ 12.5kg・耐荷重 70kg ■シラカバ材、ゴム、メタル、スチールパイプ

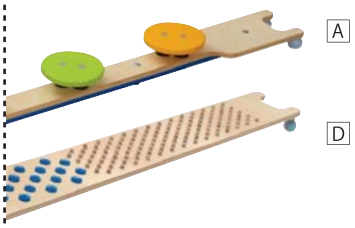
ボードセット



ベーシックセット（５本）

111836 ￥332,500（税抜）

B モンキーラダー F ロッカー
C ビーズスネーク I スネーク・２ｍ
E フリーボード



アクティブセット（２本）

11183A ￥216,500（税抜）

A リバーロック
D フィールウォーカー

チャレンジセット（２本）

11183C ￥309,800（税抜）

G トランポリンボード
H ジャングルブリッジ・２ｍ

バランスブロック

ご注文の際は製品番号・製品名をお申し付けください。

バランスブロック・大

111813　￥173,400（税抜）

■幅 130× 高さ 100cm・重さ 17.5kg
■シラカバ材

バランスブロック・小

112000　￥83,300（税抜）

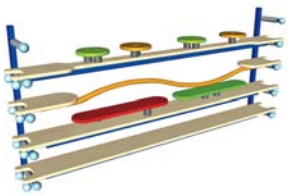
■幅 94.5× 高さ 44.9cm、
カバー：60.7×60.7ｃｍ・重さ 12kg
■シラカバ材

収納ラック

ブロック収納ラック
（2 本セット）

111833　￥26,400（税抜）

■40×40ｃｍ
■スチールパイプ、ゴム



ボード収納ラック
（2 本セット）

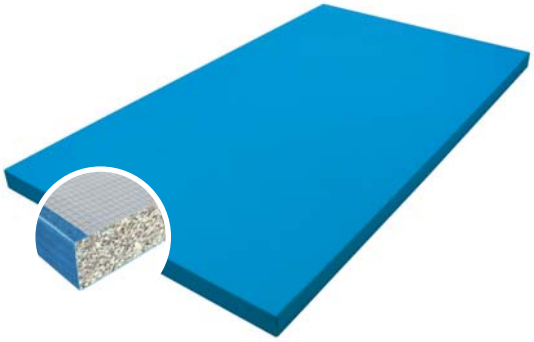
111838　￥79,900（税抜）

■幅 90× 奥行 30ｃｍ
■スチールパイプ、ゴム

※ボード 5 枚収納可能

※取付は壁面補強が必要な場合があります。（取付費別途）

マット



落下保護マット

DIN EN 1176/1177 適合 HIC 対応

111691　￥36,700（税抜）
■幅 100× 奥行 50× 厚み 6cm

111693　￥40,900（税抜）
■幅 100× 奥行 100× 厚み 6cm

111694　￥66,600（税抜）
■幅 200× 奥行 50× 厚み 6cm

111695　￥79,500（税抜）
■幅 200× 奥行 100× 厚み 6cm

111692　￥57,900（税抜）
■三角形△100× 厚み 6cm

■高密度ポリウレタンフォーム
■裏面滑り止め加工
■カラー選択

保険・保証

●EU 安全基準、ドイツ衛生管理基準に適合しています。
●耐用年数は 10 年です。
●製品の保証期間はお買い上げから 2 年間です。
●対人 5 億円 / 対物 2 千万円の生産物賠償責任保険付きです。

ご注意

●対象年齢は 1 歳から 12 歳です。
●必ず大人の監視の下でご使用ください。
●裸足（はだし）、または滑り止め加工された運動靴でお使いください。
●間違った組み立て方により事故が起こった場合の責任は当社では負いかねます。
（正しい使用方法は商品に添付された取扱説明書をご覧ください。）

・仕様やデザインは予告なく変更させていただく場合がございます。
・撮影、印刷の都合上、写真と現物の色が異なって見えることがあります。
・この印刷物に掲載されているすべての情報・写真等の無断転載、複写、複製を禁じます。

日本輸入総代理店

株式会社 アネビー

WEB/www.aneby.co.jp
E-Mail/aneby@aneby.co.jp

本　　社 ：〒151-0062 東京都渋谷区元代々木町 33-8　元代々木サンサンビル 5F
TEL.03-3465-4828　FAX.03-3465-7781

東 京 支 社 ：〒120-0026 東京都足立区千住旭町 7-27　海老原ビル 1F
TEL.03-5244-6860　FAX.03-3465-7781

大 阪 支 社 ：〒564-0052 大阪府吹田市広芝町 3-29　エッグビル 602
TEL.06-6836-7368　FAX.03-3465-7781

福岡営業所 ：〒812-0001 福岡県福岡市博多区大井 2-9-18　FTN 空港前 701
TEL.03-3465-4828　FAX.03-3465-7781

札幌営業所 ：〒005-0861 北海道札幌市南区真駒内 254-66
TEL.011-592-0422　FAX.03-3465-7781

2014 年 8 月作成　BB-201409-B

お問い合わせはこちら